

## Un inicio escolar exitoso

El inicio de un nuevo ciclo escolar, implica grandes desafíos y cambios para un niño, no sólo para quienes comienzan una nueva escuela, sino también para aquellos que volverán al mismo plantel, donde se encontrarán con nuevos profesores, compañeros, tareas, etc.

La adaptación al cambio implica un proceso progresivo, que será fundamental para su autonomía personal y su socialización.

Sin embargo al inicio los niños pueden presentar reacciones negativas hacia la escuela como:

- La manifestación más frecuente es el llanto.
- Alteraciones en el sueño, la alimentación, vómitos, etc.
- Comportamientos asociados con temor, agresión dentro o fuera del ámbito escolar.

Es probable que la mayoría de estas conductas sean manifestaciones normales y transitorias. Sin embargo, los padres pueden facilitar el proceso de adaptación del niño. A continuación le presentamos algunas sugerencias:

- Si su hijo manifiesta preocupación porque va a empezar la escuela, acompañelo a visitar la escuela y conocer a la maestra antes de que empiecen las clases.
- No niegue la angustia o preocupaciones del niño. Reconózcalas y transmítale seguridad diciendo, por ejemplo: “Sé que tienes miedo de que no vaya a buscarte. No hay motivo para que estés preocupado. Estaré allí.” o “Esto será divertido, conocerás nuevos amigos”
- Dentro de lo posible, no se debe consentir a su hijo permitiéndole que evite las separaciones, aún cuando éstas también le duelan a usted.
- Es muy importante decirle al niño lo que va a suceder. No debe haber “trampas” ni sorpresas.
- Los castigos no funcionan. Sí sirve, en cambio, incentivar e inducir al niño cariñosamente, con sensatez y firmeza.
- No le pregunte por qué está asustado. En general, el niño no sabe por qué. Es mejor hacerle ver que no hay motivo para tener miedo y que debe luchar contra esto.
- Esté dispuesto a escuchar cómo se siente su hijo. Intente centrarse en que desea ayudarlo a que se libere de las preocupaciones y los miedos.

Si su hijo no crece feliz, se le ve triste, presenta síntomas físicos antes de salir a la escuela o manifiesta problemas para dormir, es probable que sea momento de buscar apoyo profesional. No se culpe por no poder encontrar alternativas. En ocasiones el lugar de padres nos impide tener una visión objetiva y equilibrada. La búsqueda de ayuda no es un signo de fracaso, sino de búsqueda de mejores caminos para ser Padres.

**Recuerde la ayuda está a sólo una llamada de distancia**